

プールコースご利用案内

プールコースを色別で表記させて頂きましたので、こちらを確認の上プール利用をお願い致します。

歩くコース

初心者コース

泳ぐコース

はやくコース

ゆっくりコース

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	22:30	23:00
(火)	1 コース								水慣れorクロール 30															クロール or 背泳ぎ 30			
	2 コース		SPLASH BURN 30		水中ウォーキング 30		成人スクール		エンジョイ マスターズ 45	有料 レッスン	有料 レッスン		スクール 準備	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール										
	3 コース									有料 レッスン	有料 レッスン																
	4 コース																										
	5 コース																										
	6 コース																										
	7 コース																										

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	22:30	23:00
(水)	1 コース								成人 スクール																有料レッスン		
	2 コース		ジュニア スクール		アクア 50	S B 15				スクール 準備	ジュニア スクール																
	3 コース								クロール or 背泳ぎ 30																		
	4 コース																										
	5 コース																										
	6 コース																										
	7 コース																										

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	22:30	23:00	
(木)	1 コース																											
	2 コース			ミット アクア 40	水中 シーナブ 10	水中 ジョギング 30		成人 スクール		エンジョイ & スペシャル マスターズ 60	有料 レッスン	有料 レッスン																
	3 コース																											
	4 コース																											
	5 コース																											
	6 コース																											
	7 コース																											

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	22:30	23:00	
(金)	1 コース																											
	2 コース		ジュニア スクール		アクア 50		背泳ぎ 30		成人 スクール		スクール 準備	ジュニア スクール														成人 スクール	スペシャル マスターズ 60	
	3 コース																											
	4 コース																											
	5 コース																											
	6 コース																											
	7 コース																											

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00		
(土)	1 コース																								
	2 コース		ジュニア スクール						アクア 50																
	3 コース			ジュニア スクール		ジュニア スクール				スクール 準備	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール	ジュニア スクール								
	4 コース																								
	5 コース																								
	6 コース																								
	7 コース																								

	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	
(日)	1 コース																					
	2 コース		ジュニア スクール																			
	3 コース			ジュニア スクール		ジュニア スクール		クロール 30	有料 レッスン	ミットアクア or アクア50	エンジョイ マスターズ 60											
	4 コース																					
	5 コース																					
	6 コース																					
	7 コース																					

※レッスンへの参加人数、有料レッスン等の理由でコースが変更になる場合がございます。予めご了承ください。